13.051 Vyprážaný syr
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
syr tvrdý			7,00	7,00	8,00	8,00	10,00	10,00
múka hladká			0,80	0,80	1,00	1,00	1,20	1,20
mlieko			1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50
vajcia			16	0,80	20	1,00	24	1,20
soľ			0,15	0,15	0,18	0,18	0,20	0,20
strúhanka			2,30	2,30	2,50	2,50	3,00	3,00
olej			2,80	2,80	3,00	3,00	3,30	3,30
hmotnosť porcie v g			90		105		120	

Receptúra

Výrobný postup

Syr nakrájame na porcie. Obalíme v múke, v rozšľahaných vajciach s mliekom, soľou a v strúhanke. Vyprážame v horúcom oleji po oboch stranách.
Prílohy: zemiaky, zeleninové šaláty, jogurtová omáčka.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A														
B	2466	592	21,97	47,4	17,2	19,5	0,8	696,9	0,9	0,177	0,1	0,1	0,1	1,4
C	2763	663	25,37	52,3	18,4	22,8	0,9	800,2	1,1	0,205	0,1	0,1	0,2	1,6
D	3236	777	31,30	60,9	20,2	26,1	1,0	996,4	1,3	0,255	0,1	0,1	0,2	1,9